# 青年职业生涯规划

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-06-24

*第一篇：青年职业生涯规划青年职业生涯规划一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我...*

**第一篇：青年职业生涯规划**

青年职业生涯规划

一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。

如今，中国社会的就业形势严峻、就业市场环境恶劣。大学生很多，现在也有很多找不到工作的，更何况像我们这种连高中都没有考上的人就更难找到工作了吧！因此，我们应该认清现实，做好充分的准备，做好一份职业生涯规划。要知道，一份科学的职业人生规划在其成长中起到了不可估量的效用。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。人生的精彩让我不断地渴望“飞得更高”“飞得更远”。

求知、探索，实践、起步，成就、发展，收获、享受，漫漫人生路，每个人都有不同的理想和经历，有的成功，有的失败，有的得到收获的欢欣，有的却废然而返。

我学习的专业是电子商务，以后找工作，基本就是以在电商专业范围中的工作。因此，我就更应该学习专业知识，争做一个掌握计算机信息技术、市场营销、国际贸易、管理、法律和现代物流的基本理论及基础知识，具有具有利用网络开展商务活动的能力和利用计算机信息技术、现代物流方法改善企业管理方法来提高企业管理水平能力的创新型复合型电子商务高级的专门人才。

这种专业主要学习的知识有很多，比如：基础知识、经济数学、英语、经济法、经济写作等知识；商业企业经营与管理理论知识；计算机基础知识；电子商务概论；计算机网络与网络营销知识；市场营销知识。

我觉得只要我努力做到确立的目标，学习好各种知识，掌握好各种技术，上述人生职业规划可行的机会是很大的。如果毕业后找不到一些电子商务有关的工作，到时我会根据市场的供需的情况而再次决定适合我的工作。不管周围环境及自己人生某一阶段出现何样的变化都应该善于发现其中的各种机遇并驾驭这些机遇。

计划固然好，但重要的，在于其具体实践并取得成效，更要持之以恒。人生贵在坚持嘛。任何目标，只说不做到头来都会是一场空。然而，现实是未知多变的，定出的目标计划随时都可能遭遇问题，要求有清醒的头脑。

其实，每个人心中都有一座山峰，雕刻着理想、信念、追求、抱负；每个人心中都有一片森林，承载着收获、芬芳、失意、磨砺。一个人，若要获得成功，必须拿出勇气，付出努力、拼搏、奋斗。无论何时何地，都要牢记：成功，不相信眼泪；成功，不相信颓废；成功，不相信幻影；未来，要靠自己去打拼！

**第二篇：青年职业生涯规划研究**

青年职业生涯规划研究

职业生涯是指一个人一生工作经历中所包括的一系列活动和行为。职业生涯管理分为个人的职业生涯管理和组织的职业生涯管理。个人的职业生涯管理是以实现个人发展的成就最大化为目的，通过对个人兴趣、能力和个人发展目标的有效管理实现个人的发展愿望。企业职业管理的最终目的是通过帮助员工的职业发展，以求组织的持续发展，实现组织目标。组织职业生涯管理是以提高公司人力资源质量，发挥人力资源管理效率为目的，通过个人发展愿望与组织发展需求的结合实现组织的发展。职业生涯管理是一种互动式的管理，个人和组织必须都承担一定的责任，双方共同完成对职业生涯的管理。在职业生涯管理中，员工个人和组织须按照职业生涯管理工作的具体要求做好各项工作。无论是个人或组织都不能过分依赖于对方，因为有些工作是对方不能替代的，从个人角度看，职业生涯规划必须由自己决定，要结合自己的性格、兴趣进行设计。而组织在进行职业生涯管理时，所考虑的因素主要是组织的整体，以及所有组织成员的整体职业生涯发展，通过对所有员工的管理，充分发挥组织成员的集体潜力和效能，最终实现组织经营管理。在职业生涯管理中，员工个人需要了解和掌握有关组织各方面：例如组织的发展战略、经营观念、人力资源的供求情况、职位的空缺等。组织也需要全面掌握组织成员的情况，例如员工个人性格、智能、潜能、情绪能以及价值观等。

随着理论的不断完善以及实践的不断成功，职业生涯管理也不断得到国际、国内的企业和员工的认可，这也给共青团组织开辟了一条参与企业青年人力资源开发的新途径：在团员青年中大力推进职业生涯自我规划、自我设计活动，以团组织为纽带，把组织和个人的职业生涯管理结合起来，帮助团员青年做好自我诊断、评价和分析，帮助团员青年制定个人人生目标及与长期阶段目标相配套的生涯发展战略，与短期阶段目标相配套的生涯发展策略等。紧紧抓住团员青年对实现自身价值、开发发展潜能、赢得更大发展的迫切愿望，积极继承原有传统项目长期积累的工作优势，推动青年朝着成才目标加速前进，并最终实现企业、青年的共同发展。

一、职业生涯自我规划、自我设计活动是共青团组织创新工作的有效形式

在现代企业中，共青团的工作对象、工作环境，乃至共青团组织自身都发生了深刻的变化，这就要求我们必须运用创新的方式思考团的工作方式、工作内容，尤其是在育人方面，极需要我们进一步审视自我，处理好与企业各职能部门之间的分工合作关系，取得工作地位，建立工作机制，体现工作成效，从青年人才上为企业实现各项目标提供有力的服务和坚实的支撑。

职业生涯自我规划、自我设计活动的引入，打破了原有的以活动、项目为中心的传统育人模式，转变为以团员青年个人发展为中心的运作模式，走出了许多活动“雷声大、雨点小”的困境，也增强了团员青年对团组织以及活动本身的归属感。

职业生涯自我规划、自我设计活动的引入，打破了原有的组织结构分割和工作领域分割，整合企业组织、人力资源等相关部门，甚至合理利用企业外部相关资源，综合各方优势，在领域上，把工作、学习和生活通过职业生涯管理统筹组织，抛弃功利思想，力求整体效应和积极成果。

二、职业生涯自我规划、自我设计活动是对团员青年进行思想教育的有效载体

对团员青年进行思想教育一直是共青团组织的一项重要职责，从爱国主义、集体主义教育，到社会公德、职业道德教育，再到世界观、价值观、择业观、成才观教育，企业各级共青团组织都发挥了重要的作用。但方式大都是以社会、组织为出发点的灌输式教育，很少以团员青年个体发展为核心的引导和帮助，在当前青年追求个性发挥、自我意识增强的时代，这种教育方式的效果一直不能令人满意。而职业生涯自我规划、自我设计活动恰恰解决了这一难题，从培育团员青年的自我发展意识入手，把企业的发展和对人才需求与团员青年的个人职业发展有机的结合起来，以职业发展为结合点，把组织单方面的主动变为组织和个体双方主动，从而实现企业和青年的双赢。

职业生涯自我规划、自我设计活动采取开放式的互动设计平台，在青年与企业的互动沟通中，客观地描绘青年的成长轨迹和成才目标，并由企业提供必要的资源保障，对青年给予必要的人文关怀、事业关注和生活关心，进行有效的思想教育、行为指导，推动青年朝着成才目标加速前进，最终使青年积累专业的厚度甚至获得全面的发展，进而使企业获取对其竞争者的竞争优势。这项活动使青年看到了

自己的锦绣前程，而且还有一条直观、可行的成长路线供自己参考和实践，青年就会更加愿意沉下心来脚踏实地、一步一个脚印地走出自己的职业生涯，从而减少了年轻人的浮躁和急功近利；企业则真正实现了由人事管理向人力资源管理的转变，更注重了对人的发展的关心，必然会使企业更多地获得并留住想要获得、想要留住的人才，也会更好地培养出想要得到的各级各类人才。这无疑会增强共青团组织在青年中的吸引力和凝聚力，也使共青团组织思想教育工作更加有效，服务企业中心工作、服务青年成长成才的职责也得到了有效履行。

三、职业生涯自我规划、自我设计活动是学习型组织建设的有效切入点近年来，国内学习型组织建设活动方兴未艾，大到社会，小到班组，都明确提出了建设学习型组织的口号，天生就具备学习型组织某些特点的共青团组织也积极行动并有所成效。但部分专家指出，目前国内的学习型组织创建活动有“泛”、“虚”的倾向，很多组织把学习型组织创建活动形式化、表面化，只停留在做表面文章，没有与企业的业务相结合。那么共青团组织如何避免口号化，如何避免空洞化，如何真正激发团员青年学习的原动力，如何推动团员青年学习的终身化、工作化、组织化，引入职业生涯自我规划、自我设计活动是一个较好的切入点。首先职业生涯自我规划、自我设计活动立足于帮助团员青年做好自我评估。从团员青年的自我诊断、评价、分析入手，通过分析兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式、思维方法、道德水准以及社会和企业中的位臵等等，充分考虑每个人的优缺点及专长、个人职业目标与组织目标的一致性、职业生涯目标管理的动态性及滚动的修正性，组织和个人双方根据工作效率、表现、绩效及优缺点的分析做出初步设计草案，形成一个阶段性的职业生涯管理的目标。明确了自身的优势、缺陷和发展机会，团员青年的个体学习也就具备了明确的方向和充实的内容，团员青年也因为自身职业发展的需求而具备了学习原动力，从而也解决了学习的“自然与人为”的矛盾。

其次，职业生涯自我规划、自我设计活动通过职业生涯概念的引入，帮助团员青年树立了。管理个人职业生涯的意识，掌握了正确分析、评估自己的方法，具备了规划并随时修正自己职业生涯的能力，必将使团员青年的学习活动延续下去，这就避免了学习与工作的脱节，也解决了学习的“终身与阶段”的矛盾。同时，通过职业生涯自我规划、自我设计活动，企业团组织基本掌握了多数

团员青年的职业发展方向和学习需求，这就方便了共青团组织对个体学习的分类引导，也使企业共青团组织长期坚持的竞赛、培训、交流等更加有的放矢，并为最终走向组织学习、互动学习打下了基础，这也解决了学习的“个体与组织”的矛盾。

职业生涯自我规划、自我设计活动是企业共青团组织工作的一个新载体、新抓手，也是企业共青团组织参与青年人力资源开发的有效切入点，在当前职业生涯管理越来越得到企业和员工重视的背景下，只要能够清醒地认识到这项工作的长期性和艰巨性，加强理论探讨和学习，研究活动参与渠道和工作机制，充分协调、整合各类资源，利用多种手段和工具，切实为团员青年在职业生涯规划和设计中不断提供有效的服务，这项活动必将成为新时期企业共青团组织的发力点和活力增长点。

**第三篇：青年成才之道：职业生涯规划**

青年成才之道：职业生涯规划

每个青年人都想成就一番事业，然而成功者是少数，多数人不能如愿。是这些人没有努力？没有奋斗？不是。不少人兢兢业业，辛辛苦苦干了一辈子，却一事无成，为什么呢？因为人生事业的发展需要技术与方法。这种技术与方法就是职业生涯规划。职业生涯规划能够帮助青年人成才，是青年人成才的有效方法。

可能有人会问，不搞职业生涯规划也能成功啊！你看，我现在不是处长，局长了嘛。是的，不搞职业生涯规划，也能获得事业的成功。但是，如果你搞了职业生涯规划，你的事业会取得更快的成功，取得更大的成就。

下面，我举个例子，你便会从中悟出其道理。例如，你现在住着平房，想在院内盖个小厨房。当你确定了盖厨房这个目标后，就会注意收集砖块、瓦片、木材、水泥等等。你走在街上就会注意那里有砖块，哪里有瓦片，碰见砖头，捡块砖头，碰见瓦片，捡块瓦片，用不了多长时间，你就会把原料备全，小厨房也就盖起来了，你的目标就实现了。

如果你没有盖厨房这个目标，走在街上就不会注意砖块，也不会注意瓦片，甚至摆在你的面前，你也不会认为它有用。也就是说，两个人在同一条街上走过，一个有目标意识的人和一个无目标意识的人，其收获大不相同。年轻人要干一番事业，就如同盖厨房一样，只有树立明确的目标，才能有意识地收集有关素材，创造有关条件，事业就会获得成功。请想一想，是不是这个道理。

确立目标，就是职业生涯规划的重要内容之一。

有人可能会说，道理虽然如此。可是，我曾多次树立目标，却没见任何效果，此事又如何解释？此种现象的出现，是你虽树立目标，但没重视。因为，人的大脑中有一个“网状激活系统”。它的作用相当于一个过滤器。我们看到的和听到的信息太多了，如果这些信息都进入大脑，大脑就会爆炸，神经就会错乱。所以，只能有少量的信息进入大脑。什么信息可以进入大脑，什么信息不能进入大脑，完全由网状激活系统决定。网状激活系统认为，这个信息重要，就让其通过，进入大脑。它认为这个信息不重要，就将信息拒之门外，不让其进入大脑。典型的例子是小孩子与母亲，尽管孩子同母亲不在一个床上或不在一个屋睡觉，但晚上孩子稍微一动，母亲就知道孩子醒了，起来照顾孩子。可是，在同一个晚上，天上过飞机，楼下过汽车，噪声大的很啊，孩子的妈妈却照样打呼噜。为什么呢？因为，孩子对母亲重要，孩子一动，网状激活系统马上让信息通过，通知妈妈照顾孩子。外面的噪音不重要，网状激活系统给屏蔽了，所以就听不见了。

网状激活系统，对人生目标具有同样的重视。你只是树立目标，没有强化它，也就不会引起网状激活系统的重视。所以，有关目标的信息和条件，你听不到，也看不见。过不了多长时间，目标就会消失，当然目标也就不会实现。你也许有过这样的经历。

大家都知道，自然科学错综复杂，实际上生命科学更加神秘。如果不了解网状激活系统的功能，也就不会知道问题所在。明白了这一点，就会知道如何对待你的目标了。

有的年轻人可能会问，我对自己树立的目标高度重视，念念不忘，时时牢记在心，是否就可以实现呢？答案是不一定。因为，目标的确立，不但须要重视，还要讲究科学。目标确立得不科学，再重视、再努力，也实现不了。那么，怎样才算科学呢？这个问题涉入到诸多方面，下面列举一个方面供参阅。

目标的确立，有个幅度问题，幅度太宽，就难以实现。例如，你是搞人事人才研究的。如果有人问，你的目标是什么？你回答：“我的目标是成为一名人事管理专家”。懂行的人一听，就知道这个目标根本实现不了。为什么呢？因为人事管理包括工资、福利、考核、奖惩、培训等等，样样精通是根本不可能的。今年搞工资研究，明年搞考核研究，后年搞培训研究。三五年过去了，哪样也不精深，别人懂得你懂，别人不懂得，你也不懂，怎称得上专家呢？目标太宽了，实现不了。如果将目标定得窄一些，假如你只搞工资研究，用不了几年，就把工资搞得一清二楚，别人说不清楚，你能说清楚，别人拿不出科学的工资改革方案，你能拿出，你不就是专家么，理所当然的专家。

但说的容易，做到难呀。难就难在一个年轻人要有所作为、有所不为。要将目标定得窄一些，就得放弃其他业务。但多数人往往舍不得，这个也要干，那个也要做；上班必须服从领导的安排，让干什么，就得干什么，怎么能只干一样事呢？如何将目标变窄呢？是的，这些问题都是实际情况。不过在当今时代，一个人能不能成才，不决定八个小时（工作时间）之内，而是决定于八个小时之外。也就是在工作时间之内，你的工作职责是什么，就干什么，领导让干什么，就干什么。只要在业余时间，将你的时间和精力集中到某一方面，就可以了。三五年就能干成一件像样的事。

如果在业余时间，也不能将时间集中在某一较窄的目标上，仍然放不下其他的业务，那就不好办了。对此有个形象的比喻——“爬山何必背着船呢？”这里所谓的“船”就是其他的业务。爬山是你的目标，爬到山顶，目标就实现了，成为人才了。

可是你背着船爬山，怎能爬得上去呢？再说，船是过河用的，爬山背着船有何用呢？这也正是有些人，20多岁大学毕业，就背着船爬山，累得呼哧呼哧的，一直爬到60岁，奋斗了一生，结果一事无成的根本原因。正确的做法是，先将船放下，轻装上阵，爬山爬到了山顶，目标实现了，再返回来背上船过河去，你山也爬了，河也过了，两个目标实现了，你的事业不是获得更大成功么。这就是科学地确定目标的作用。

当然，青年人做好自己的职业生涯规划，还涉及到诸多方面因素。这里我们仅探讨了目标中的内容之一。就凭这一点足以证明，职业生涯规划能够帮助青年人成才。职业生涯规划是青年人成才的有效方法。年轻的朋友们，如果您想成才，就做好您的职业生涯规划吧！

**第四篇：职业生涯规划**

职业生涯规划

由于刚步入大学，对很多东西不甚了解，所以这也不能算是生涯规划，顶多算自己对将来发展方向的模糊愿望。大学期间，我会尽力学习知识，锻炼能力，珍惜拔尖班给我的机会。大学毕业后，我希望能够继续深造，可能是留在国内读研，至于哪个大学实在没想过。至于为什么没有出国的想法，我想大概是我外语太菜了，惧怕非中国的语言，非中国的文化，非中国的环境。但是如果学习上有需要，我一定会尽力争取出国深造的机会。学成后，我希望能有资格成为一名研究人员，为自然科学的研究和发展出点力。

下面是我对我大学四年学习生活的一点想法。

大一：学习是首要任务。各种基础课程自然不必说。我最应该注意的课程是英语和计算机。这两科都是我的弱项，因而花费的精力可能会很多。大一期间我会坚持每天读英语文章，看英语杂志，听英语广播。我对计算机一点也不熟悉，因而我会多找机会上机练习，消化理论知识将计算机补上来。大一同样要注意改变自己学习和生活上的习惯，尽快适应自由而有难度大学学习模式，积极参加学校的活动增强交流技巧，提高我的人际沟通能力。

大二：继续提高英语口语和阅读能力、计算机能力，通过英语和计算机的相关证书考试，朝着保研的要求努力完善自己。增强自然科学研究要求的实验能力和创新能力。如果大二不再有大一这么多课，我会考虑有选择地选修其他专业的知识充实自己。当然，通识课的选修是必不可少的大三：应该加大力度的学习专业知识，慎重对待每一科，争取能保研成功。同时，也要时时关注自然科学领域研究的新进展，确保自己的知识和思维都与时俱进。

大四：用最短的时间完成自己大学的学业任务。如果保研不成功，则需要做好考研的准备。此时最主要的就是对前三年做一个总结，对自己要有一个清楚的认识。做出果断的决定，为下一步做好充分的准备。

目前我的想法大概就是这样。虽说计划赶不上变化，但我至少会以这份计划来要求自己，相信我的大学生活不会让人失望。同时，我也会第一时间发现变化并适应变化，不断的调整自己的计划，为自己重新定位，以求找到适合自己的最佳定位。

**第五篇：职业生涯规划**

职业生涯规划

随着社会的不断发展，专科远远多于本科。每到毕业时，找工作都是毕业生和家长头疼的一件事。许多单位招聘都要求本科或硕士以上学历，专科没有应聘或考试资格。目前，我国国家机关和事业单位基本都是按照学历定工资，本科工资比专科工资高一档次。许多单位提拔干部，竞选领导基本条件都是本科以上学历。由于学历原因，会丧失许多理想的工作机会。当然，高学历并不必然能事业成功，许多没有学历的人一样创业很成功，但当今社会通常学历越高，工作机会越多，发展速度越快。

综合以上原因，我打算通过专升本的方式继续完善自己。以适应社会不断发展的需要。

基本人对自己的认识、朋友对我的评价的前提之下，进行了客观的自我分析。下面是一段我自己的评测结果。

生活学习上，自己适应能力还不错。喜欢与人交往，在交往中诚信面对，爱与人合作，我还乐于为集体尽力做事，对职业有很强责任心，所以在工作中比较容易打开局面。

缺点也不少，考虑事情有时不周到，很多事情缺少经验，有句话说得好，人无完人。为了克服这些问题，我觉得首要任务还是努力培养自己各方面的能力，并且避免眼高手低的问题出现，要培养愿意从基层干起的精神，再是要时时关心与专业有关的形势动态，遇到事情要努力培养自己解决问题的能力，再次要向各个阶层的人虚心学习，学习他们的优点来弥补自己 社会是不断变化的，而且是不断向前发展的，只有吸取他人长处，弥补自己短处才能不断完善自己，使自己立于不败之地。

在以后的大生活中我给自己制定了一系列的学习计划。

英语是世界分布范围最广的语言。全世界75％的电视节目是英语，四分之三的邮件是用英语书写，电脑键盘是英语键盘，任何一个会议敢号称是国际会议，其会议工作语言一定要用英语，也是联合国的正式工作语言。大多数国家的高等学府，大学院校，都开设英语语言文学专业，仅在中国，就有一百多所大学设有英语专业或英语相关专业。由此可以看出英语的重要性。在大学期间，一定要学好英语。只有这样才能提升自己的地位，所以我给自己制订了一个计划，在专升本成功后考下英语四级证，然后在考下英语六级证。计划制定后，我会督促自己去实施，不会消极怠工的。

在大学期间，不能只埋头于学习，还要有适当的实践。在学好专业知识的课余时间外可以去做些兼职。这样不但可以丰富自己的生活还可以提前体会工作的艰辛。更能珍惜在校的时间，从而加倍努力。从而达到理论与实践相结合的最高境界，这样更有助于促进我们的发展。一分耕耘，一分收获。相信只要我们肯努力，就一定会取得成功。

人不可以没有目标，有了自己的目标和规划后可以生活的更有规律和效率，目标不可以太高，给自己留下更广阔的生存空间，按照计划去施行让我们更加明确。当然事情不可能一成不变，要敢于面对社会的变化生活环境的变化，敢于挑战自己！规划要现实要符合自身条件！加油！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！